

照亮學生前方道路的明師

—物治系宋文旭導師



安排活動以尊重導生意見為優先，並分享交流參與活動的啟發

宋老師今年第三度榮獲優良導師，詢問老師是如何獲得導生如此高度的支持，宋老師表示，最主要的應該是尊重導生們的意見，真誠地與他們相處。此外，謹慎承諾說到做到、以朋友般與學生互動、花時間了解學生並與學生保持接觸，都是維繫老師與學生良好互動的方法。

宋老師擔任陽明導師進入第7年，他表示學務處每學期提供的活動資訊，對於導師安排規劃課程是一個相當好的參考，除了安排校級演講、早安神農坡、運動會或校慶等活動外，宋老師會再加入對同學有幫助或同學有興趣的活動，如山腰上的家的主題講座（人際互動、

壓力調適、生涯發展等)。在導生大一、大二固定規劃每週 2 小時的導師課程，安排導生喜歡的活動，出席率自然很高。

問及宋老師對於導師生互動有何新體會或新發現，老師說自己一直在觀察一些可能比較好的互動方法，並嘗試了解同學的接受度。他認為，活動若是由學生們自己決定，可以提高他們的參與興致。活動後可再安排進行簡短的回顧討論或心得分享，由於每個人感受不同，相互交流分享從活動中獲得的啟發，可以讓同學們的感受與學習更為深刻。

宋老師帶的導生人數較多，約 15-17 名，難免會有意見不一致情形，因此安排活動多以尋求共識、尊重導生意見為優先的方式來決定，也不會強迫意見少數的同學一定要參加。

精心挑選實用書籍送給導生，作為人生指南

宋老師每學期都會精心挑選實用書籍送給導生，老師自己喜歡閱讀，在看到合適的書籍時會先預作記錄，每學期開學前自己閱讀過這些候選書後，再挑選合適的推薦給學生。老師選書的內容範圍廣泛，主題以切合學生生活上可能面對的實際需求為主，包括時間管理、打工度假、人生計畫等，以及大學生可能會遇到的問題，或如何面對處理挫折的書籍，讓學生有機會接觸到這些在一般課堂上學不到，然而他們未來卻必須面對的課題，每學期末大家再一起作讀書心得分享。在心得分享時，導生能結合自身經驗與書上內容產生共鳴，這本書對他就能產生非常寶貴的價值，讓他的生活及人生經驗可以更加深刻。

導生從大一到大四，每學期都會收到老師送的一本推薦好書。宋老師表示，選書送給同學有許多好處，養成同學在專業書籍之外的閱讀習慣，對其未來長久職涯發展或人生經歷都會有好的影響。而未來如果遭遇問題或困難，當老師、父母、朋友都不在身旁，一切只能靠自己時，他可以隨時有這些先前曾閱讀過的書籍知識供參考、運用，可以協助他更穩定、周全地思考與處理所面對的狀況，對他將會是一個非常好的幫助。

除了書籍閱讀與心得分享外，宋老師每學期也會安排不同的主題討論，老師會先搜集資料，將主題內容製作成投影片，並附上相關推薦的書籍名稱，以及衍生可以再進一步探詢的主題等。導生們喜歡討論的主題，包括：時間管理、金錢管理、生涯發展、師生相處等，可以讓導生們對這些重要的主題有更廣泛的接觸與思考。

持續與學生接觸互動，提供協助，建立相互信任關係

提到如何與導生建立信任關係，宋老師表示，他在與導生認識之初就會讓他們了解，在大學四年的學習過程中，不論發生任何事，老師都會盡力協助他嘗試解決問題。包括可以透過老師了解學校的相關規定、

可用資源，例如獎助金、工讀的機會等，還有校外的資源，以及有哪些需要了解、留意的法規等；老師閱歷較豐富，可提供導生具參考價值的幫助與建議。

宋老師認為，他在學生大一時，教授微積分、普通物理及計算機概論等基礎科學，每週有 2、3 天的見面機會，大二導生課每週至少見一次面，持續保持與學生接觸，彼此間的信任感才能慢慢建立起來。

分析問題原因、指引學生思考方向，使學生豁然開朗

學生一般求助的問題大多為考試成績不佳、如何不被當，期末該如何努力或有何補救措施等，或與同學、老師的人際相處不佳、意見衝突時，老師會先了解、協助學生分析發生的原因，以及思考下次如何做得更好，或提供不同的角度，讓學生可以更全面的去思考，情況通常就會有所改善。宋老師會同理學生的感受，傾聽學生的訴苦、抱怨，引導學生的思路，協助學生處理自己的心態及情緒，並討論之後可能可以採行的應對方法。

導生中有幾名是社團的社長，課業、社團兩頭燒，面臨雙重壓力時，老師會提醒他可能的處理方式，來更好地控管安排自己的時間。宋老師本身在時間管理上即做了最佳示範，老師週一至週五每日在校上班 11 小時，除了研究、教學及開會外，總會將時間安排妥當，保留空檔時間給需要幫助的學生。

希望學生不因課業壓力而忽略課堂外的生活學習

提到對導生的期許，已擔任大學教職 10 年的宋老師表示，在台灣重視知識教育的環境下，雖然大學生活可以使學生在專業訓練上得到良好指導，但仍較為欠缺與生活、人生的探索，包括人際關係、健康狀況，及家庭幸福等，為補足這部分，導師課程名為「人文與生活」，即希望告訴學生，除了專業知識的學習之外，仍有一個非常寬廣、關於「生活」與「人生」的空間值得去好好學習跟發展。學生往往對於這些方面因先前少有思考而感到新奇，包括時間如何安排、如何與別人相處、金錢管理、情感問題等，這些在大學四年的生活裡可能都會陸續出現，而在導生課中同學們就可以從老師準備的課程中先預作了解。

系上學生大一、大二時常常會選修很多課程，將週一到週五的課表填滿。宋老師自己是建議每學期約修 20 學分即可，因為大學生活本身就是一項學習，在課業學習之外若能保留一些時間，可以對大學生活有更精彩的體驗。學生大多都有參加社團活動，在課業與社團夾擊之下，最容易因此而犧牲睡眠時間，長久下來，對健康會造成負面影響。因此時間管理，以及如何安排生活，是大學生非常重要的課題。

老師的產品是學生，學生的表現是對老師最真實的評價

宋老師分享其教學理念表示，教學是非常特別的工作，而能擔任導師陪伴導生經歷大學四年的成長過程，更是一項難得的機緣。在陪伴一屆又一屆學生的過程中，累積的經驗可幫助學生處理棘手的問題，使他們得以更順利地渡過年輕歲月中的波折，幫助他有更好的發揮與表現。擔任導師是難得的機會，每4年陪伴10幾位年輕夥伴走過大學黃金四年，老師自己也收穫良多，是教學相長最好的印證。

宋老師語重心長、心有所感地表示，自己花費21年的求學過程，加上從事研究工作已經10年，是時候該傳承給下一代，培育資質優秀、有潛力的這群年輕人，讓他們未來對社會有良好的貢獻，這才是老師工作的意義所在。老師執行研究計畫是個人的興趣，研究成果常常成就的是自己或研究團隊，如果願意投注更多心力來教學，應該可以成就更多的年輕學子，對我們國家社會的未來有著更美好與深遠的影響。「老師最終的產品應該是學生，而非著作。對一名老師是否稱職的評價，應該取決於其學生的表現。」宋老師如此表示。

辦公室內充滿著導師生溫馨深厚的情誼

宋老師辦公室內，除了貼著小女兒可愛的小腳印、兒子童稚純真的畫作，以及為送書給學生精心挑選的眾多書籍之外，書櫃內則放滿了歷屆學生送的各式紀念品，包括精心製作的立體花卡片、導師生合照及導師生影像圖卡，還有優良導師、優良教學獎座等。宋老師拿出導生們手工悉心製作致贈的祝賀這次優良導師獲選的賀卡小書，相當精美，讓老師愛不釋手，內有同學列印導師生出遊的照片，以及每名導生親筆寫下對老師的感謝與祝福，讓人感受到導師生溫馨的深厚情誼，是如此值得細細品味與珍藏，宋老師直說這對他是最好的禮物。而在早安神農坡活動中，導生們合力製作、播放的影片，也讓宋老師頗為感動。

導生在成長的過程中，能遇到如此一位明師指引、照亮前方道路，並可向老師學習處世的智慧，何其有幸，也難怪導生的感謝之情溢於言表！